

内容点点滴滴

关怀实实在在

母子安康

丛书



婴幼儿

YINGYOUER 家庭医生



强力推荐 jiating yisheng

编著◎ 张春改 戴苏娜 吴金屏

- 小儿牙齿的发育与健美
- 小儿性格的发育情况
- 男女性的发育过程特点
- 儿童急症的救护
- 儿童常见心理障碍
- 孩子皮肤的健美
- 要爱护孩子的眼睛



中国人口出版社

婴幼儿

家庭医生

强力推荐 jiatingyisheng

编著/张春改 戴苏娜 吴金屏

MY GYOE



中国人口出版社

图书在版编目(CIP)数据

婴幼儿家庭医生/张春改等编著, - 北京: 中国人口出版社,
2001. 1

ISBN 7-80079-630-2

I. 婴… II. 张… III. 小儿疾病-防治 IV. R72

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2000) 第 87115 号

婴幼儿家庭医生

张春改 戴苏娜 吴金屏 编著

出版发行 中国人口出版社

印 刷 北京市金马印刷厂

开 本 850 × 1168 1/32

印 张 10.5

字 数 183 千字

版 次 2001 年 1 月第 1 版 2003 年 9 月第 3 次印刷

印 数 13 001 ~ 18 000 册

书 号 ISBN 7-80079-630-2/R · 206

定 价 18.00 元

社 长 陶庆军

电子信箱 chinapphouse@163.net

电 话 (010) 83519390

传 真 (010) 83519401

地 址 北京市宣武区广安门南街 80 号中加大厦

邮 编 100054

版权所有 侵权必究 质量问题 随时退换



脐带部位的护理



将脐带残端暴露在空气中，它会很快变干和痊愈，因此应确保它自始至终是干燥的。

用浸湿的干净脱脂棉轻轻地擦拭脐带与周围部位和肚脐裂缝处。



脐带脱落时可能会出几滴血，但伤口会继续愈合。每天清洁它并保持它的干燥，直到完全愈合为止。



牙齿的清洁与护理

把一块干净的手帕在凉开水内浸湿，抹上约一粒黄豆大小的含氟牙膏，缠在食指上轻轻地擦拭孩子的牙齿及牙龈。



宝宝的清洁



用一块在凉开水中浸过的干净棉花，由鼻外侧轻轻擦洗每一侧眼睛。擦洗另一侧眼睛另换一块干净的棉花，然后用柔软的纸巾轻轻擦干。



用同样的方法擦洗耳朵，注意只擦洗耳朵外部及后面，不要尝试擦洗耳朵里面。



颈部的皮肤褶皱多，因此擦洗后应充分擦干。

擦洗口与鼻子周围，
然后是两颊及前额。



轻轻拉起婴儿的手臂，使腋窝处的皮肤皱褶展平，擦拭后充分拭干。手背及指缝间也应擦拭干净。



清洁女婴的外阴部，一定要由前向后擦洗，注意不要擦洗阴唇里面。

清洗男婴时，决不要把包皮向后推，只清洁阴茎本身，动作要轻柔。





指甲的修剪

新生儿头几个月，指甲非常软。最简单的方法是在他睡着时轻轻地咬掉他的指甲。



稍大一些的婴儿可以让他坐在你的腿上，面面向前，用婴儿指甲刀按指尖的形状剪下指甲。

剪脚趾甲时让婴儿躺下或坐在你的腿上，要抓牢他的脚，防止乱踢，平着剪下趾甲，否则两边可能会向皮肤里长入。



洗澡时与孩子玩刷牙游戏，鼓励他模仿你的动作，以便将来养成正确的刷牙习惯。



帮孩子刷牙：让孩子站在小凳上，你站在她身后一侧，抱住她的头，使她头部后仰，这样，可以使你在刷牙时看清她的口腔。



为孩子测量体温时，抱着他坐在你的腿上，把体温计的水银球放在孩子的腋窝，3分钟以后取出观察。



看孩子有无皮疹，特别要注意检查胸部及两耳后面。



在下颌骨下缘以及颈部两侧轻柔地进行触摸，检查有无肿块及触痛，以确定是否腺体肿大。



检查孩子的咽喉是否发炎，但对于1周岁以下的婴儿不要设法自己去检查。

降低体温

孩子的体温如超过 38°C ，应给他服用降热的药物，睡觉的时候不要盖太多的被褥，房间不宜太热，3个月以下的婴儿不要服用降热的药物，而应采用温水擦身的办法降热。



体温下降时孩子会出大量的汗，需要及时补充足够的水分。

温水擦身时，在孩子身下放一条毛巾避免把床单弄湿，把毛巾或海绵在温水中浸湿，挤去多余的水分，轻擦全身。



让他的皮肤自然干燥，大约擦身半个小时左右重新测量体温，如仍未退烧，要即刻请医生。



给6个月以下的婴儿喂药前，一切用具都要在沸水中消毒，把羹匙放在婴儿的下唇，让他把药物吮吸到嘴里，不要硬往下灌。

把需要的药剂量倒入量筒内，把量筒放在婴儿下唇，稍微倾斜，药物即可流入孩子的口中，但注意倾斜不要太大，以免药液流得太快。



在药物滴管内吸入一定剂量的药液，慢慢挤进婴儿的口中，注意幼婴不能用药物滴管法喂药，婴儿长牙后不要用玻璃滴管。



如果上述方法很难喂下，可采用让婴儿吮吸手指的方法，用你的手指蘸上药物让他吮吸，直至把药量全部吸完为止。



怎样控制严重出血



把受伤部位高举过心脏的位置以减少出血量，用手压住伤口。



继续压住伤口附近，但不要碰着伤口里的任何东西，使伤口合拢起来。



用干净的绷带、纱布或手帕盖住伤口并压紧。



如果出血停止，再缠上一条干净的绷带，然后打一个结。



摸一下脉搏是否在跳动，注意不要让动脉供血被阻断。



目 录

第一章 宝宝的生长发育

宝宝各年龄阶段生长发育的特点 (3)

胎儿期的特点 (3)

新生儿期的特点 (3)

婴儿期的特点 (4)

幼儿期(1~3岁)的特点 (4)

学龄前期(3~6岁)儿童的特点 (5)

学龄期(6~12岁)儿童的特点 (5)

青春期和青春发育期的特点 (6)

青春期的三个阶段 (6)

小儿体重增长规律 (6)

小儿身高的增长规律 (7)

儿童身高预测 (8)

身体各部分的发育特点 (9)

头部的发育特点 (9)

胸部的发育特点 (9)

小儿脑的发育特点 (10)

小儿视力的发育过程 (10)

小儿听觉的发育情况 (11)



母子安康丛书



小儿语言的发育过程	(11)
小儿性格的发育情况	(12)
小儿认识发育的特点	(13)
青春期的发育特点	(14)
青春期发育过程	(14)
男女性的发育过程特点	(15)
男孩的性发育过程	(16)
女孩的性发育特点	(17)
月经初潮年龄	(17)
青春期身体发育受哪些激素的影响	(18)

第二章 宝宝的营养与健康

小儿每日需要多少热量	(23)
人体生长需要什么营养	(23)
怎样算吃的又饱又好	(23)
营养对身高的影响	(24)
营养与健康	(24)
营养好智商就会高吗	(25)
多吃粗粮有好处	(26)
吃零食好吗	(26)
人体一日需要摄入多少蛋白质	(27)
哪些食物为优质蛋白	(27)
脂肪对人体起什么作用	(28)
碳水化合物对人体有哪些作用	(28)
人体无机盐含量是多少	(29)
低钙的因素有哪些	(30)
人体需要哪些维生素	(30)

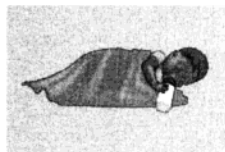


各种维生素的作用	(31)
食用维生素是否越多越好	(33)
维生素A中毒	(33)
维生素D中毒	(34)
孩子患缺铁性贫血怎么办	(34)
什么样的孩子容易缺锌	(36)
水对人体的重要作用	(36)
人体每日需要多少水	(38)
孩子为什么不爱吃饭	(38)
小儿厌食的原因有哪些	(39)
孩子患厌食症怎么办	(40)
怎样培养孩子良好的饮食习惯	(41)
孩子体重增加过多,要喂脱脂乳吗	(44)
孩子总要吃,应阻止吗	(45)
孩子食欲欠佳,要给他服用复合维生素吗.....	(45)
小学生的饮食应注意什么	(46)

第三章 要爱护孩子的眼睛

眼睛的结构与功能	(51)
眼睛的结构	(51)
眼睛是怎样看到东西的	(52)
眼球的结构	(52)
虹彩与瞳孔的关系	(52)
水晶体有什么作用	(53)
玻璃体的作用	(53)
眼睛的特殊功能	(54)
什么叫黑眼球	(54)





什么是瞳孔	(54)
长眉毛和眼睫毛只是漂亮吗	(55)
眼泪从何而来	(56)
是什么力量使眼球转动自如	(57)
眼睛的常见病	(58)
什么叫色盲,色盲与色弱有什么区别	(58)
夜盲是病吗	(59)
针眼的预防与治疗	(59)
沙眼的预防与治疗	(61)
红眼病的预防与治疗	(63)
关于近视	(65)
轻度近视	(65)
高度近视	(65)
假性近视	(66)
怎样预防假性近视	(67)
近视的原因有哪些	(68)
近视是否需要坚持戴眼镜	(68)
怎样选择近视镜	(69)
什么叫隐形眼镜	(69)
什么情况下选戴隐形眼镜最适宜	(70)
配戴隐形眼镜需要注意什么问题	(71)
不要戴别人的眼镜	(73)
验光为什么必须散瞳	(73)
散瞳一般用什么药	(74)
孩子近视与用功有关吗	(74)
近视是遗传造成的吗	(75)
什么年龄时近视度数就不再增加了	(75)



近视的分度	(76)
近视会引起斜视吗	(76)
学龄前儿童的正常视力是多少	(77)
近视发展到什么程度不能做剧烈运动	(77)
近视手术在什么年龄做最合适	(78)
预防近视的方法与途径	(79)
避免近距离的活动	(79)
学习时姿势要端正	(79)
经常远眺对眼睛有利	(80)
家中照明的最适度数	(80)
学校的照明应该注意什么	(81)
体育运动可以预防近视	(81)
维生素能够保护眼睛	(82)
预防近视眼与饮食有关	(82)
看电视时应注意什么	(83)
眼保健操	(84)
眼睛视物障碍的其他原因	(87)
斜视是怎么回事	(87)
“对眼”的原因是什么	(87)
“对眼”需要治疗吗	(88)
“对眼”如何治疗	(89)
内斜视儿童必须手术治疗吗	(90)
斜视能预防吗	(91)
弱视是怎么回事	(92)
弱视分几种	(92)
弱视的治疗方法	(94)
治疗弱视时患儿要与家长配合	(95)





弱视的孩子在饮食上有什么讲究	(96)
哪些疾病会影响到眼睛健康	(97)
电焊晃眼后怎么办	(99)
游泳后眼睛充血怎么办	(100)
用洗发液类物品时应注意什么	(100)
家长要细心观察孩子的眼睛	(101)

第四章 孩子牙齿的发育与保健

乳牙的保健	(105)
乳牙萌出前的保健	(105)
预防乳牙龋	(106)
乳牙晚出	(107)
乳牙早脱	(107)
乳牙滞留	(108)
刷牙	(109)
如何选择牙刷	(109)
竖行刷牙法	(110)
横行刷牙的不良后果	(111)
睡前刷牙很重要	(111)
牙齿疾病的防治	(112)
牙齿排列不齐	(112)
龋齿是怎么发生的	(115)
龋齿的症状和治疗	(116)
怎样预防龋齿	(117)
氟牙症	(119)
先天性缺失牙	(120)